



Seksuaalisuus ja parisuhde isyyden alkumetreillä

Kirjallisuuskatsaus

Hoitotyön koulutusohjelma,
kätilö
Opinnäytetyö
27.4.2010

Minna Vilkkö

Degree Programme in		Degree
Nursing and Health Care (Midwifery)		Bachelor of Health Care (Midwife)
Author/Authors		
Minna Vilkkö		
Title		
Sexuality in Couple Relationship in the Early Fatherhood - a review		
Type of Work	Date	Pages
Final Project	Spring 2010	25 + 3 appendices
<p>ABSTRACT</p> <p>The aim of this study is to describe and explore the effect that pregnancy and childbirth have on the sexual relationship and marital satisfaction of fathers. The time period of the early fatherhood starts from pregnancy to the end of the baby's first year.</p> <p>Through the literature review I aspired to evaluate, compare and categorise the existing studies on fathers' sexuality in couple relationship. The results of the chosen researches which were 14 altogether were analysed using inductive content analysis.</p> <p>According to the results active communication, marital satisfaction, emotional atmosphere, sexual desire, sexual concerns and the wide range of heterosexual activities played an important role in the sexuality in couple relationship in the early fatherhood.</p> <p>The results lead to the conclusion that the culture in sexuality is masculine and points out the sexual intercourse instead of other forms of sexuality. This may cause problems in the early fatherhood because the partner's pregnancy, recovery of the birth and breastfeeding may lead to unwillingness to coital activity. It is important for the health care professionals to be open to individual discussion of sexual activity during pregnancy and postnatal periods.</p>		
Keywords		
sexuality, fatherhood, couple relationship, literature review		

Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Hoitotyö		Kätilötyö	
Tekijä/Tekijät			
Minna Vilkkö			
Työn nimi			
Seksuaalisuus parisuhteessa isyyden alkumetreillä - kirjallisuuskatsaus			
Työn laji		Aika	Sivumäärä
Opinnäytetyö		Kevät 2010	25 + 3 liitettä
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Tässä opinnäytetyössä pyritään tarkastelemaan miehen seksuaalisuutta isyyden alkumetreillä eli raskausajasta esikoisen ensimmäiseen syntymäpäivään saakka. Tutkimuskysymykset etsivät vastausta sille, minkälaista on esikoistaan odottavan isän seksuaalisuus ja parisuhde ja millaisena seksuaalisuus näyttäytyy parisuhteessa puolison synnytyksen jälkeen.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineisto koostuu 14:sta pääosin kansainvälisestä artikkelista, jotka on löydetty tietokannoista tai käsinhaulla. Valituiksi tulleiden tutkimusten tulokset on analysoitu induktiivisen sisällönanalyysin avulla.</p> <p>Analyysissa tutkimuksista muodostui kuusi alakategoriaa: toimiva vuorovaikutus, parisuhdetyytyväisyys, tunneilmapiiri, seksuaalinen halukkuus, seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyvät huolenaiheet ja heteroseksuaalisuuden kirjo. Nämä kaikki vaikuttavat voimakkaasti isien parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen.</p> <p>Tulokset puhuivat vahvasti sen puolesta, että seksuaalikulttuuri on miehin ja yhdyntäkeskeinen. Tämä voi aiheuttaa ongelmia isyyden alkumetreillä, sillä raskausaika, synnytyksestä toipuminen ja imetys voivat aiheuttaa puolisolalle haluttomuutta yhdyntöihin. Terveysalan ammattilaisten tulisi kertoa raskauden ja synnytyksen myötä muuttuvasta seksuaalisuudesta sekä korostaa intiimin läheisyyden merkitystä ja rohkaista kokeilemaan seksuaalisuuden eri muotoja.</p>			
Avainsanat			
seksuaalisuus, parisuhde, isyys, kirjallisuuskatsaus			

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	2
3	SEKSUAALISUUS PARISUHTEESSA	3
	3.1 Kriittinen miestutkimus ja seksuaaliset roolit	5
	3.2 Isyyden siirtymävaihe	6
4	MUUTTUVA SEKSUAALISUUS	8
	4.1 Naisen kehollisuus raskausaikana	8
	4.2 Naisen kehollisuus synnytyksen jälkeen	9
	4.3 Kahdesta kolmeksi	10
5	KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN	11
	5.1 Tiedonhaku	12
	5.2 Aineiston analyysi	14
6	TUTKIMUSTULOKSET	15
	6.1 Isäksi parisuhteessa	15
	6.1.1 Toimiva vuorovaikutus	16
	6.1.2 Parisuhdetyytyväisyys	16
	6.1.3 Tunneilmapiiri	16
	6.2 Isä ja seksuaalisuus	17
	6.2.1 Seksuaalinen halukkuus	17
	6.2.2 Heteroseksuaalisuuden kirjo	17
	6.2.3 Huolenaiheet	18
7	POHDINTA	18
	7.1 Tulosten tarkastelu	18
	7.2 Luotettavuus	20
	7.3 Eettisyys	21
	7.4 Tulosten hyödyntäminen	21
	LÄHTEET	23
	LIITTEET	
	Tutkimusaineisto	
	Aineiston pelkistäminen	
	Aineiston abstrahointi	

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö keskittyy naisten sijasta miehiin, tarkemmin sanottuna isiin. Opinnäytetyö kuvailee isien seksuaalisuutta raskausaikana ja ensimmäisenä vauvavuotena. Aikaisempi tutkimus on keskittynyt etupäässä äidin seksuaalisuuteen raskaus- ja lapsivuodeaikana. Isien seksuaalisuus on usein sivuutettu tutkimuskohteena tai sitten he ovat olleet äitien rinnalla puolisoina osallistumassa tutkimuksiin. Kriittisen miestutkimuksen näkökulmat tuovat uutta näkökulmaa myös isyyteen. Isyys on aina aikansa tuote: kulttuurista nouseva ja yhteiskunnan perhepoliittisista tuista riippuvainen. Silti isyys on myös perheiden tasolla, omanlaisenaan. Isyys on siis yhtä paljon yhteisöllistä kuin yksilöllistäkin. (Huttunen 1999: 169–172.)

Muutos miehen ja naisen suhteesta kolmen suhteeseen lapsen syntymän myötä on haaste sekä isälle että äidille. Parisuhdeongelmat ilmenevät usein juuri lasten syntymän jälkeen. Parit hakeutuvat avun piiriin tilanteessa, jossa keskustelu kotona on keskittynyt arkiasioiden hoitoon, kumpikaan ei tiedä, mitä toisen mielessä liikkuu, yhteistä aikaa ei ole ja seksikin on alkanut hiipua. (Lehto 2004: 43.)

Väestöliiton internetsivujen mukaan ilahduttava uusi suuntaus tänä keväänä on se, että miehet entistä useammin ovat aloitteentekijöitä pariterapiaan tultaessa, pariterapia nähdään asiallisena keinona huolehtia perheen hyvinvoinnista. Onnellinen puoliso ja hoidettu parisuhde ovat miehelle statussymboleita. Yhteisen ajan puute ja kotiin vyöryvä työstressi ovat tämän ajan ongelmia. (Vaaranen 2010.)

Seksuaaliterveyteen liittyvät palvelut samoin kuin seksuaali- ja lisääntymisterveyden ohjelmat ovat painottuneet pääosin naisiin. Kansainvälisissä seksuaaliterveyden edistämisen dokumenteissa kiinnitetään huomiota miesten osallisuuden lisäämiseen. Vaikka neuvolassa korostetaan parisuhteen ja perheen merkitystä, monet isät kokevat edelleen jäävänsä niissä sivullisiksi. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007: 30–31.) Parisuhdetyytyväisyys, johon seksuaalisuus olennaisesti liittyy, on tärkeä aihe myös siltä kannalta, että lähes kolmannes avioliitoista päättyy eroon ensimmäisten viiden vuoden aikana ja noin puolet kaikista avioliitoista päättyy eroon. (Tilastokeskus: 2002.)

Varhaisisyys määritellään opinnäytetyössä raskausajasta noin yhteen vuoteen esikoisen syntymän jälkeen. Tämä tutkimus koskee heteroseksuaalisessa parisuhteessa avo- tai avioliitossa eläviä isiä. Adoption välityksellä isäksi tulleet miehet jäävät tutkimuksen

ulkopuolelle. Biologinen isyys ei periaatteessa ole välttämätöntä, sillä isä on voinut tustua puolisoonsa tämän ollessa raskaana. Opinnäytetyö käsittelee ensi kertaa isäksi tulevia, joiden seksuaalisuus parisuhteessa muuttuu kaikkein dramaattisimmin. Seksuaalisuutta tarkastellaan tulevan tai vasta isäksi tulleen miehen näkökulmasta parisuhteen kontekstissa. Seksuaalisuuteen liittyy olennaisesti parisuhdetyytyväisyys. Avioliitossa elävien seksuaalisesti tyydyttyneiden miesten ja naisten tyytyväisyys terveyteensä ja vointiinsa on selkeästi suurempi kuin huonosti tyydyttyneillä. (Virtanen 2002: 18–19.)

Suomalaisesta isyystutkimuksesta mainittakoon Kaila-Behmin tutkimus (1998), jonka mukaan isien yksilölliset tarpeet jäivät melko vähälle huomiolle äitiyshuollossa. Esikoisien odotus aiheutti myös ristiriitaa parisuhteessa, isät huomasivat puolison odottavan enemmän huomiota, mutta asiasta ei kuitenkaan keskusteltu yhdessä. Puolison toiveet saattoivat näin jäädä epäselviksi isille. (Kaila-Behm 1998: 126–127.)

Reinholm (2000) kuvaa pikkulasten vanhempien kokemuksia seksielämästä perhekoon kasvaessa. Kolmasosa miehistä ja naisista kärsi hellyysvajeesta vanhemmuuteen siirryttäessä ja samaan aikaan yli puolet naisista ja peräti 45 % miehistäkin tulkitsi puolison kosketuksen ja hyväilyn ehdotuksena yhdyntään. Miehillä oli naisia vaikeampaa kertoa seksuaalisista toiveistaan. (Reinholm 2000: 79–81.)

Mesiäislehto-Soukka (2005) kartoittaa fenomenologisen tutkimuksen kautta isien kokemuksia raskauden ajalta, synnytystapahtumasta ja uudesta lapsesta kolmen ensimmäisen elinvuoden ajalta. Tutkimuksessa perheenlisäys koettiin luonnollisena, elämään kuuluvana asiana ja lapsen syntymä lähensi puolisoita keskenään. Isät kokivat, että vanhemmuuteen sopeutuminen perustui hyvään vuorovaikutus- ja parisuhteeseen. (Mesiäislehto-Soukka 2005: 15, 122.)

Opinnäytetyö kuuluu Hyvä syntymä -hankkeeseen, jonka tarkoituksena on kehittää kättilön itsenäiseen työhön liittyvä synnyttäjän ja hänen kumppaninsa kokonaisvaltaisen tukemisen interventio osallistavalla menetelmällä. (Paavilainen 2010.)

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa esikoislastaan odottavien tai esikoisensa jo saaneiden isien kokemuksia seksuaalisuudesta ja parisuhteesta varhaisisyysässä. Tarkoituksena on koota ja jäsentää sovelletun kirjallisuuskatsauksen avulla aiemmin tutkit-

tua tietoa isien seksuaalisuudesta parisuhteessa. Työn tavoitteena on kartuttaa Hyvä syntymä -projektin tietopohjaa. Hyvä syntymä -hankkeen tavoitteena on puolestaan edistää tulevien vanhempien psyykkistä lisääntymis- ja seksuaaliterveyttä sekä naisen fyysistä eheyttä. (Paavilainen 2010.)

Äidiksi ja isäksi kasvamisen tukeminen aloitetaan raskauden aikana, ja tukea jatketaan lapsen syntymän jälkeen äitiys- ja lastenneuvolassa. Raskaudenaikaisessa perhevalmennuksessa tulisi käsitellä esimerkiksi seuraavia teemoja: isän merkitystä ja roolia perheessä, lapsen tuomia muutoksia parisuhteessa, vanhempien yhteenkuuluvuuden tunnetta, vanhemmuuden tuomia muutoksia parisuhteessa ja seksuaalisuudessa ja pari- ja lähisuhdeväkivallan ehkäisemistä. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007: 61–62.) Opinnäytetyö voi myös omalta osaltaan olla kehittämässä äitiys- ja lastenneuvolan toimintaa isät paremmin huomioon ottavaan suuntaan.

Tutkimuksen teoreettinen lähestymistapa on monitieteinen, hyödyntäen kulttuurintutkimusta, hoitotiedettä, seksologiaa, psykologiaa ja miestutkimusta.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaista on esikoistaan odottavan isän seksuaalisuus ja parisuhde?
2. Millaista isän seksuaalisuus on parisuhteessa puolison synnytyksen jälkeen?

3 SEKSUAALISUUS PARISUHTEESSA

Seksuaalisuuden ja sukupuolisuuden käsitteiden määrittely on vaikeaa. Ilmaisuu tai asiayhteys voi esimerkiksi korostaa yhdyntäkeskeisyyttä, jossa pelkästään yhdyntää pidetään päämääränä ja suorituksena. (Ilmonen – Nissinen 2006: 21.) Yhdyntä onkin ehdottomasti tavallisin seksuaalisuuden muoto. Yhdyntämerkitys vaihtelee suuresti eri ihmisten välillä, joillekuille se on parisuhteeseen liittyvä keskinäisen rakkauden ja hellyyden osoitus ja toisille yksinomaan seksuaalisen halun tyydyttämiseen tähtäävää toimintaa. (Virtanen 2002: 77.) Seksuaalisuutta voidaan kuvata vuorovaikutteiseksi seksuaalisuudeksi ja yksisuuntaiseksi, hedonistiseksi seksuaalisuudeksi. (Grönfors 1999: 225).

Lapsen syntymän aikoihin korostuu erityisesti se, että seksuaalisuus on muutakin kuin yhdyntää. Kumppanin hellimistapoja on useita. Reinholmin (2000) tutkimuksessa 85 %

miesvastaajista ilmoitti itsetyydytyksen olevan tuttua. Fyysiset vaivat (esimerkiksi supistusherkkyyys tai äidin selkäsärky) hankaloittavat seksielämää ja saattavat lisätä itsetyydytyksen tarvetta miehessä. Itsen hyvänä pitäminen on erittäin suositeltavaa ja lisää tyytyväisyyttä ja koko perheen hyvinvointia. (Reinholm 2000: 17.)

Seksuaalisuus hyvässä parisuhteessa on usein monipuolista. Seksuaalisuus ilmenee puolisoiden välillä hellänä läheisyytenä, kielisuudelmilla, rintojen stimulaatiolla, genitaalialueiden käsin hyväilyllä, suuseksillä ja vaginaalisessa ja/tai anaaliyhdyntäessä. (Pacey 2004: 240.)

Sukupuolet voivat kokea seksuaalisuutta eri tavoin: suurin osa naisista kaipaa läheisyyttä ennen seksiä ja monille miehille seksuaalisuus on tie läheisyyteen. Koska miehille seksuaalisuus on usein tärkein tapa saavuttaa läheisyyttä, niin seksittömyys puolestaan voi luoda yksinäisyyden ja emotionaalisen tyhjyyden tunteita. (Kohler – Riessman 1990.)

Kiintymyssuhdeteorian mukainen turvallinen kiintymyssuhde on tärkein tekijä, joka selittää vaihteluita parisuhteen laadussa. Niillä kokemuksilla, joita yksilöllä on omista vanhemmistaan ja hänen myöhemmillä kyvyillään muodostaa tunnesiteitä, on vahva kausaalinen yhteys. ”Kiinnittyminen” kuvaa vauvan varhaista leimautumista vanhempaansa, mikä voi tapahtua ilman myönteisiä tunteitakin. (Himmanen-Koski 2004: 59.)

Turvallisesti kiintynyt henkilö pyrkii seksuaalisuudessa molemminpuoliseen läheisyyteen ja tyydyttävyyteen. Turvattomasti kiintyneistä takertuvat haluavat tyydyttää ennen kaikkea turvallisuuden ja rakkauden tarpeitaan. Itseriittoiset erottavat seksuaalisuuden tunneperäisestä sitoutumisesta ja pitävät itsensä paljastamista epämiellyttävänä. Pelokkaasti kiintyneille kaikenlainen läheisyys on uhkaavaa, koska he pelkäävät vahingoittuvansa tai tulevansa hylätyiksi. Turvallinen perusta on edellytys tutkimiselle ja ilolle parisuhteessa. (Himmanen-Koski 2004: 69.)

Rosen-Grandon, Myers ja Hattie ovat kehittäneet mallin parisuhdetyytyväisyydestä, jossa etenkin parisuhdetyytyväisyys, parisuhteen ominaisuudet ja parisuhteen vuorovaikutusprosessi ovat yhteydessä toisiinsa. Heidän mallinsa mukaan parisuhteessa on kuusi vuorovaikutusprosessia: vuorovaikutus, tunteiden ilmaiseminen, seksuaalisuus, yhteisymmärrys, roolien tasa-arvoisuus ja ristiriitojen ratkaiseminen, jotka ovat yhteydessä

kolmeen puolisoitten tärkeiksi pitämiin parisuhteen ominaisuuksiin: rakkaus, uskollisuus ja yhteiset arvot. (Rosen-Grandon – Myers – Hattie 2004: 45–47.)

3.1 Kriittinen miestutkimus ja seksuaaliset roolit

Kriittinen miestutkimus pyrkii positiivisempaan näkökulmaan isyydessä, mutta kuvaa samalla rehellisesti miesten maskuliinisuuteen liittyviä väkivaltaisia piirteitä ja pyrkii etsimään ratkaisuja niille. Kriittisen miestutkimuksen tehtävänä on tutkia miestä sukupuoleen liitetystä viitekehystä. Miehen elämässä tärkeimpiä asioita ovat seksuaalisuus, perhe ja työ. Seksuaalisuus on perustarve, joka liittyy lisääntymiseen ja tyydytyksen saamiseen ja antamiseen, mutta myös vallankäyttöön. (Grönfors 1999: 223–225.)

Miesten ja naisten on katsottu omaksuman sukupuoleen sidottuja käyttäytymismalleja tai käsikirjoituksia - skriptejä, joita he tiedostamattaan pyrkivät toteuttamaan seksuaalisissa tilanteissa. Skriptien avulla opitaan omaan asemaan ja rooliin liittyvät erityiset vuorovaikutusodotukset. Vallitsevan sosiaalisesti ja kulttuurisesti määräytyneen toiminnallisen seksuaalikäsikirjoituksen mukaan miehen kuuluu tehdä seksuaaliset aloitteet ja johdtaa toimintaa. (Kontula 2008: 334–335; Juvonen 2006: 75.)

Tosin tällainen ristiriidan ja yksioikoinen käsitys miesten seksuaalisuudesta muokkaa siitä helposti suoraviivaisen, mistä voi tulla miehille taakka. Miestutkija Arto Jokinen (2000) huomauttaa, että kun seksuaalisesti aktiivisen mieheyden ajatukseen kietoutuu miesten väkivaltaisen kulttuurin hyväksyminen, ongelma voi kärjistyä kumppanuussuhteissa seksuaalisena pakottamisena ja raiskauksena. (Jokinen 2000: 38.)

Kulttuurisissa stereotyyppioissa miehiseen seksuaalisuuteen liitetään kilpailu ja aktiivisuus, naisten seksuaalisuuteen ainakin suhteellinen alistuminen ja passiivisuus. Naisten seksuaalisuuden ajatellaan keskittyvän sekä lisääntymistä että heteroseksuaalisen parisuhteen tarpeita palvelevaksi, jolloin ongelmaksi muodostuu tasapainoilu näiden roolien välillä. Maskuliinista reproduktiivista seksuaalisuutta tuottaa muun muassa ajatus miehen ”tyydytystä vaativasta hillittömästä himosta”, joka tulisi kanavoida moraalisesti ja sosiaalisesti hyväksyttäviin uomiin. Onpa aikoinaan tunnettu myös käsite ”aviolliset oikeudet” ja itse asiassa avioliiton sisäinen raiskaus kriminalisoitiin Suomessa vasta vuonna 1994. (Hänninen 1999: 201–202; Grönfors 1999: 225–229; Virtanen 2004: 76.)

Naisten taloudellinen ja sosiaalinen itsenäisyys on tasoittanut arkista sukupuolivaltaa merkittävästi. Siksi entisenlaisten sukupuolimallien toistaminen ei riitä. Heteroseksuaalisten parisuhteiden katkeamista avo- tai avioeroihin entistä useammin voisikin selittää sillä, ettei vielä olla onnistuttu kehittämään tai hyväksymään uudenlaisia toimivia seksuaalisia käsikirjoituksia. Naisille tulisi taata seksuaalisten ruumiiden autonomia ja yhtäläiset mahdollisuudet olla seksuaalisia toimijoita joko olemalla tai olematta äitejä.

Heteroseksuaalisessa yhdynnässä nainen on tavallaan ruumiillisesti vastuussa mahdollisesta raskaudesta. Vastaavasti miesten tulisi saada olla seksuaalisia vailla aggressiivista suorituspakkoa. Sosiaalisesti ja kulttuurisesti määräytyneet seksuaaliset käsikirjoitukset saattavat ohjailla puolisoiden toimintaa turhankin vahvasti ja se saattaa muodostua avoimemman seksielämän esteeksi puolisoiden välille. (Juvonen 2006: 75–76, Väisälä 2006: 242.)

Miehisessä seksuaalikulttuurissa seksuaalinen aktiivisuus merkitsee ennen kaikkea aktiivista yhdyntäseksuaalisuutta. Miehen seksuaaliterapiassa korostuukin usein sensuaalisuuden, aistillisuuden ja kosketusherkkyiden lisääminen. (Väisälä 2006: 242–243.)

On tutkittu, että Suomessa miesten ja naisten perustavin ero seksuaalisuudessa on halun määrässä. Miehet halusivat tutkimuksen mukaan seksiä parisuhteessa kaksi kertaa enemmän kuin naiset. Erot seksuaalisessa halukkuudessa liittyvät osaltaan miesten ja naisten arvostus- ja asenne-eroihin seksuaaliasioissa. (Kontula 2008: 341–343.)

3.2 Isyyden siirtymävaihe

Isyys, vanhemmuus, on merkittävä osa aikuisen miehen identiteettiä. Siihen kohdistuva tutkimus, esimerkiksi mahdollinen lapsettomuushoito ja luonnollisen siittämisen ajattelu ihanteena sekä sen saavuttamattomuus koettelee syvältä miehen itsetuntoa. Toisaalta lääketieteen kehitys on luonut houkuttelevan illuusion ruumiin kaikkivoipaisesta hallinnasta: siittäminen, hedelmöittäminen, raskaus ja lapsi ovat oman tahdon ja lääketieteen päätettävissä. (Haukkamaa 2000: 1481).

Yllätysraskaus aiheuttaa usein seksuaalielämään vaikuttavan parisuhdekriisin. (Oulasmaa 2006: 191.) Raskauden jatkumisen suhteen joudutaan nopeasti tekemään koko lopuelämään vaikuttava päätös. (Keinänen – Säävälä 1998: 12–19) Lapsettomuudesta

kärsineen isän lähtökohdat ovat erilaiset. Valmius tulla isäksi on monen tekijän summa. Tällaisia tekijöitä ovat miehen oma halu tulla isäksi, parisuhteen pysyvyys ja taloudellinen tilanne. (Mesiäislehto-Soukka 2005: 25.)

Kumppanin raskaus on kuin murrosiän ruumiilliset muutokset: se asettaa miehelle psyykkisiä tehtäviä, jotka hän omalla tavallaan joutuu kohtaamaan ja ratkaisemaan. Raskauden alku, ensimmäiset fyysiset muutokset kumppanissa, sikiön ensi liikkeet ja lopulta synnytys toimivat katalysaattoreina miehen mielen prosessissa isäksi. Niiden aiheuttamat seuraukset tulevissa isissä ovat hyvin yksilöllisiä (Haukkamaa 2000:1481).

Jo raskausaikana ja myös lapsen synnyttyä isä on ulkopuolinen: sikiö on äidin kohdussa, ja imettäessään ja vauvan kanssa ollessaan äiti kohdistaa intensiivisen huomionsa tähän. Tämä sivullisuus voi ylittää miehen mielen keinot, jolloin seurauksena voi olla syrjähyppyjä tai vetäytymistä miesporukoihin. Toisaalta onnellisessa tapauksessa raskaus ja tuleva lapsi ovat suhteen ja rakkauden ruumiillistuma. (Haukkamaa 2000: 1482.)

Koska mies joutuu kohtaamaan raskauden aikana kateuden naisen ruumiin luovuutta kohtaan, niin ei ole epätavallista, että isän paino nousee. (Haukkamaa 2000: 1481). Muitakin ruumiillisia oireita saattaa ilmetä, kuten päänsärkyä, lihassärkyä, pahoinvointia ja huimausta. kyseessä on ns. Couvade -ilmiö.¹ (Keinänen & Säävälä 1998: 12–19). Couvade -ilmiön voi nähdä positiivisena siten, että äidin kivut ja säryt ymmärtävä isä saa helposti itse vastaavia oireita ja valmistautuu siten isän rooliin. (Keinänen & Säävälä 1998: 13.)

Raskausaika voi synnyttää myös pelkoa tulevasta vastuusta ja taloudellisesta selviytymisestä. Jos vaimolla on erityisen vaikea raskaus, niin se aiheuttaa huolta myös isälle niin työssä kuin kotona. Tuleva synnytys sekä seksielämässä tapahtuneet muutokset voivat aiheuttaa ahdistusta. (Keinänen – Säävälä 1998: 15–18.)

Suhde omiin ja kumppanin vanhempiin aktivoituu jo odotusvaiheessa. Tulevat isovanhemmat käyvät läpi omia tunteitaan ja tunnemuutokset ovat usein suuremmat, jos kyseessä on ensimmäinen lapsenlapsi. Usein viimeistään odotusvaiheessa testataan, onko tulevan isän henkinen napanuora omaan äitiin katkennut. (Oulasmaa 2006: 191.)

¹ Couvade tulee ranskankielisestä verbistä couver = hautoa mielessään, kantaa sisällään

4 MUUTTUVA SEKSUAALISUUS

Isän seksuaalisuus parisuhteessa kytkeytyy eittämättä naisen äitiruumiiseen. Tämän opinnäytetyön luonteeseen sopii isän muuttuvan seksuaalisuuden tarkastelu naisen kehollisuuden kautta. Raskaana oleva nainen on herkistynyt arvioimaan omaa vartaloaan ja sitä, miten hänen kumppaninsa siihen suhtautuu. (Oulasmaa 2006: 192.)

4.1 Naisen kehollisuus raskausaikana

Raskauden alkuvaihe koetaan yleensä epäseksuaaliseksi ajanjaksoksi. Pahoinvointi raskauden alussa on seurausta istukkahormonista, jota erittyy istukan alkaessa muodostua ja rakentua kohdun seinän ja sikiön välille. Nännit voivat olla erityisen kosketusarat, jolloin nainen ei siedä kumppanin kosketusta niihin lainkaan. Tämä voi olla hämmentävää tulevalle isälle ja äidille. (Keinänen – Säävälä 1998: 15–18). Ennen kokematon väsymys on yleistä, samoin tihentynyt virtsaamisentarve. Nämä seikat vaikuttavat usein seksuaalista halukkuutta vähentävästi. Jotkut miehet saattavat vältellä yhdyntätilanteita, koska heitä häiritsee ajatus ”kolmannesta pyörästä” häiritsemässä rakastelutilannetta. (Oulasmaa 2006: 192) Näitä pelkoja voi esiintyä missä tahansa raskauden vaiheessa. Puolet miehistä pelkäsi sikiön vahingoittumista yhdynnän aikana. (Reinholm 2000: 41.)

Keskiraskauden aikaan naisten halukkuudessa on suuria yksilöllisiä eroja. Jotkut naiset kokevat tällöin voimakkaampia orgasmeja kuin koskaan ennen ja toisten odottajien seksuaalinen halukkuus säilyy ennallaan tai vähenee. Orgasmisupistukset emättimen uloimmassa kolmanneksessa ja kohdussa voivat kestää jopa minuutin, mitä ei juuri tapahdu ei-raskaana oleville naisille. Tämä johtuu lantion alueen verekkyyden lisääntymisestä. Äidin seksuaalisen halukkuuden lisääntyminen vaatii myös kumppanin mukautumista näihin muutoksiin. Monet miehet ovat tyytyväisiä aikaisempaa aloitteellisempaan kumppaniin, mutta toiset eivät. Kun raskaus tulee tässä vaiheessa näkyväksi, monen miehen seksuaalinen halukkuus vähenee sikiön yhdynnän aikaisen vahingoittumisen pelon myötä. (Oulasmaa 2006: 194) Reinholmin (2000) mukaan kolme neljästä miehestä muutti rakasteluasentoja yhdynnän aikana. Yhdyntäasentojen muuttaminen ei kuitenkaan poistanut miesten pelkoja sikiön vahingoittumisesta. Pelkojen syyt ovat kenties osittain myös tiedostamattomia. (Reinholm 2000: 41–42.)

Raskauden viimeisen kolmanneksen aikana äiti voi tuntea itsensä kömpelöksi ja epäseksuaaliseksi eikä rakastelu ole enää päällimmäisenä mielessä. Joiltakin miehiltä saattaa seksuaalinen mielenkiinto loppua, kun kumppanin vartalo saa useiden kymmenien kilojen ylipainon raskauden myötä. Äidin ajatukset valtaa vauva ja lähestyvä synnytys. Nainen alkaa syventyä äitiyden rooliin. Loppuraskaudessa uusien yhdyntäasentojen miettiminen voi tulla ajankohtaiseksi vatsan suuren koon vuoksi. Mahdollisia uusia asentoja ovat muun muassa yhdyntä nainen miehen päällä istuen, yhdyntä kyljellään maaten tai yhdyntä takaapäin. Vaikeat närästysoireet vaikuttavat myös loppuvaiheessa valittaviin rakasteluasentoihin. Jotkut naiset jatkavat kuitenkin nautinnollista seksielämää synnytykseen saakka. Uusia rakastelutapoja kokeilemalla pariskunta saattaa rikastuttaa seksielämäänsä raskausaikana. (Oulasmaa 2006: 194–195.)

4.2 Naisen kehollisuus synnytyksen jälkeen

Synnytys on yhteinen kokemus, joka parhaimmillaan lujittaa parisuhteen luottamusta. Seksuaalinen halukkuus herää pikkuhiljaa synnytyksen jälkeen munasarjojen normaalin hormonitoiminnan käynnistyessä. Emättimen palautuminen synnytyksen aiheuttamasta venytyksestä vie yleensä kuudesta kahdeksaan viikkoa. Välilihan leikkaushaava voi aristaa viikkoja, jopa pitempäänkin. Imetyksen aikana munasarjojen toiminta lamaantuu yksilöllisesti niin että kuukautiset voivat olla vuodenkin poissa. Hormoninpuute ohentaa limakalvoja, vaimentaa seksuaalireaktioita ja vähentää halukkuutta yksilöllisesti. Tällöin liukasteiden käyttö on tärkeää. Synnytyksen jälkeisestä ehkäisystä on huolehdittava, että nainen vapautuisi raskauspelosta seksin aikana. Yhteiselämälle on todennäköisesti hyväksi, ettei seksin kokeilua lykätä liian pitkälle. Monen mielestä sopiva hetki on parin kuukauden kuluttua synnytyksestä. Tuore isä ei koe lapsen syntymän jälkeen useinkaan vastaavanlaista haluttomuusaikaa kuin synnyttäjä. (Oulasmaa 2006: 194–196.)

Nainen läpikäy raskauden ja synnytyksen aikana suuren fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen muutoksen, hän saa synnytyksen jälkeen ikään kuin takaisin ”henkisen neitsyytensä”; josta hän luopuu suuressa pelossa ja jännityksessä synnytyksen jälkeisessä ensimmäisessä kerrassa. Synnytyksen jälkeisessä ensimmäisessä kerrassa on paljon samaa kuin kerran nuoruudessa koetussa. Miten hoitaa ehkäisy, sattuuiko yhdyntä, saako orgasmin? Fyysinen palautuminen synnytyksen jälkeen on hyvin yksilöllistä. Reinholmin

(2000) mukaan 78 % miehistä arvioi kumppanillaan olleen kivuliaita yhdyntöjä synnytyksen jälkeen. Samaisesta tutkimuksesta ilmeni, että miehillä oli seksuaalista halukkuutta hyvin pian lapsen syntymän jälkeen ja he olisivat toivoneet seksuaalista kanssakäymistä aikaisemmin kuin miten se heidän kohdallaan oli toteutunut. (Reinholm 2000: 15–21.)

Usein synnytyksen jälkeisessä seksissä on kysymys jaksamisesta, ajasta ja mahdollisuudesta. Mahdollisuudet seksille on luotava. Mies voi auttaa naista virittäytymään oikealle taajuudelle hoitamalla vaipanvaihdon tai nukuttamalla lapsen. Parisuhteen läheisyys ja seksuaalisuus on päivitettävä ja sovitettava vauvaan, joka vähentää vanhempien kahdenkeskisyyttä. (Oulasmaa 2006: 196–197.) Reinholmin tutkimuksessa oma kumppani koettiin jopa eroottisempänä ja seksikkäämpänä kuin ennen äitiyttä. Seksuaalisista toiveista puhuminen kumppanin kanssa koettiin kuitenkin vaikeaksi. Naisten tavoin myös miehet kärsivät hellyysvajeesta vauvan syntymän jälkeen, koska kaikki huomio ja aika meni vauvanhoitoon. (Reinholm 2000: 88–90.)

4.3 Kahdesta kolmeksi

Kun tuoreeseen parisuhteeseen syntyy lapsi, ei suhde ole vielä kohdannut todellista arkea eikä kumppania kaikkine ikävine puolineen. Parisuhteen alkuvuosina myös sukupuolielämä voi olla huomattavan aktiivista ja monipuolista. Tällöin lapsen syntyminen aiheuttaa suuremman mullistuksen pariskunnalle. (Oulasmaa 2006: 190–191.)

Pitkään yhdessä olleen parin seksielämä on kohdannut alun suurimman intohimon seestymisen ja kausia, jolloin seksuaalisuus on molemminpuolisesti painunut taka-alalle. Jos seksuaalinen haluttomuus on koettu parisuhteen ongelmaksi jo ennen lapsen syntymää, ei lasten saaminen lisää halua intiimiin kanssakäymiseen kumppanin kanssa. (Juvakka ja Viljamaa 2002: 46–48) Jos parisuhde on voinut hyvin jo ennen raskautta, se todennäköisesti jatkuu sellaisena myös odotusaikana. Vauvan synnyttyä väsymys usein ajaa seksuaalisten tarpeiden ohi. (Oulasmaa 2006: 191.)

Vanhemmaksi kasvua voi tarkastella myös uuteen elämäntilanteeseen liittyvänä stressinä, johon tarvitaan sosiaalista tukea ja isän omia selviytymiskeinoja. Puolison raskaudenaikainen stressi, raskaus- ja synnytysriskit sekä masennus ennustivat mahdollisia

ongelmia parisuhteessa ja perheen toiminnassa. Puolisoiden keskinäinen suhde on tärkein sosiaalisen tuen lähde. (Kaila-Behm 1998: 26–27.)

Avioliiton muutosten kannalta kriittisin ajanjakso on synnytyksestä vauvan ensimmäiseen syntymäpäivään. Raskausaikana alkaneet tunne-elämän muutokset vahvistuvat vauvan syntymän jälkeen. Isän omat lapsuusmuistot aktivoituvat ja hän saattaa pelätä kumppanissaan tapahtuvia muutoksia. Isä saattaa olla mustasukkainen vauvalle huomiosta, jota tämä saa ja hävetä tunnettaan. Isä pakenee mielellään kaaosta kotona työelämään ja ylläpitää perheen ulkopuolisia suhteita esimerkiksi käymällä harrastuksissa. Tämä lisää parien eriytymistä toisistaan, sillä vaimo voi kotona kokea itsensä puolison hylkäämäksi vauvaa hoitaessaan. (Pacey 2004: 235–236.)

Vauvan syntymä jakaa vanhemmat ikään kuin kahteen leiriin, häiritsee heidän keskinäistä järjestystään, heidän alitajuntaista ”itseään” ja korostaa heidän erojaan. Jännite parisuhteessa kasvaa ilmeiseksi, pareilla on vähemmän aikaa toisilleen ja huomion keskipiste siirtyy parisuhteesta vauvaan. Vauvan syntymä voi provosoida epätoivon ja hylkäämisen pelon tunteita. Varhaiset tyydyttymättömät tarpeet heräävät erityisesti omassa lapsuudessaan turvattomasti kiinnittyneillä. (Pacey 2004: 236.)

5 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus sopii sovellettuna opinnäytetyöni tieteelliseksi tutkimusmenetelmäksi, koska sen avulla voidaan koota, jäsentää ja arvioida jo olemassa olevaa, mutta systematisoimatonta tutkimustietoa. Kirjallisuuskatsausta pidetään välttämättömänä sen vuoksi, ettei kuluteta aikaa jo tiedetyn asian tutkimiseen. Se on tärkeä myös tutkimusetiikan näkökulmasta. (Kylmä – Juvakka 2007:45.) Kirjallisuuskatsaus on toisen asteen tutkimusta eli tutkimustiedon tutkimusta. (Tuomi – Sarajarvi 2009: 123.) Menetelmäkirjallisuuden perusteella kirjallisuuskatsaukseen sisältyy tutkimussuunnitelma, tutkimuskysymysten määrittäminen, alkuperäistutkimusten haku, valinta, laadun arviointi ja analysointi sekä tulosten esittäminen. (Salanterä – Hupli 2003: 24–25; Kääriäinen – Lahtinen 2005: 37) Artikkelien ja toteutettujen tutkimusten laadun määrittäminen on systemoidun katsauksen haasteellisimpia tehtäviä. (Salanterä – Hupli 2003: 31.) Tässä työssä systemaattisen kirjallisuuskatsauksen menetelmää käytetään soveltaen, sillä ammattikorkeakoulu ei kouluta opiskelijoistaan tutkijoita.

Tutkimuskysymykseni, isän seksuaalisuuden kuvailu raskaudessa ja ensimmäisen vauvuuden aikana, määrittää sen, mihin katsauksella pyritään vastaamaan. Tutkimuskysymysten perusta on tutkijan taustasitoumuksissa, aikaisemmassa tiedossa aiheesta sekä tutkimusintressissä. (Salanterä – Hupli 2003: 24–25; Kääriäinen – Lahtinen 2005: 37.)

Kirjallisuuskatsauksessa sisäänottokriteerini läpäisseet artikkelit muodostavat analysoitavan aineiston. Tutkimuskysymyksiin pyritään vastaamaan selkeästi ja kattavasti aineiston analysoinnin ja tulosten esittämisen kautta. Tässä tapauksessa kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus, jossa synteessissä kuvataan tuloksia ja esitetään mahdollisia löytyneitä yhtäläisyyksiä ja eroja. (Kääriäinen – Lahtinen 2005: 37–43.)

5.1 Tiedonhaku

Kirjallisuuskatsaus vaatii huolellista etukäteissuunnittelua. Ongelman täsmentämisen jälkeen tulee tehdä aineiston valintaa koskevat rajaukset. Haun tavoitteena on löytää mahdollisimman kattavasti aihetta käsittelevät tutkimukset. Aineistoa tulisi etsiä laajasti eri tietokannoista ja lisäksi pitäisi kartoittaa nk. harmaa kirjallisuus eli esimerkiksi ne väitöskirjat, jotka eivät ole tietokannoissa, kongressien abstrakti- ja artikkelikokoomateokset, artikkeleiden lähdeluetteloiden perusteella löydettyt tutkijaryhmien muut julkaisut jne. Kaikki haussa käytetyt tietolähteet tulee kirjata, jotta hakuprosessi voidaan tarvittaessa toistaa. (Leino-Kilpi – Lauri 2003: 26.)

Aluksi tein harjoitus- ja esihakuja epäsystemaattisesti saadakseni selville löytyykö aiheesta tutkimuksia. Vasta sen jälkeen olen edennyt tiedonhaussa systemaattisemmin. Olen löytänyt tutkimuksia tietokannoista sekä käsihaulla. Käyttämäni tietokannat ovat: EBSCO- Academic Search ja Cinahl, Science Direct, PubMed sekä Medic. Käsihakuja tein löytämieni tutkimusartikkelien ja teoreettisen viitekehyksen kirjallisuuden lähdeluetteloista. (Taulukko 2.) Tietokannoissa käytin useita eri hakusanayhdistelmiä, sillä huomasin, että eri sanat toimivat eri tavalla eri tietokannoissa. Olen etsinyt esimerkiksi seuraavilla sanayhdistelmillä: ”fatherhood and sexuality”, parenting and sexuality”, fatherhood and transition to parenthood”, ”sexuality and childbirth”, ”spouses and parenting” ja ”marital satisfaction and parenting”. Käyttämäni hakusanat löytyvät alla olevasta taulukosta. (Taulukko 1.) Ongelmallisena koin sen, että tutkimusaineistoa isän seksuaalisuudesta oli tarjolla melko vähän ja jouduin sen vuoksi ottamaan mukaan tutkimuksia, joissa isän parisuhde ja seksuaalisuus olivat vain tutkimuksen yhtenä osa-alueena.

TAULUKKO 1. Aineiston haku- ja valintaprosessi tietokannoista

Tietokanta, rajaus, hakusanat	Hakutulos (kpl)	Hyväksytty otsikon perusteella (kpl)	Hyväksytty abstraktin perusteella	Hyväksytty koko tekstin perusteella
Helka				
tarkennettu haku v.2000-> seksuaalisuus and vanhemmuus	5	1	1	1
ScienceDirect				
tarkennettu haku v.2000-> first-time fathers and post- natal sexuality	82	3	2	1
EBSCO-Academic Search				
fatherhood and sexuality	18	1	1	0
marital satisfaction and parenthood	33	4	2	2
marital satisfaction and childbirth	10	1	1	0
sexuality and childbirth	16	2	1	1
sexuality during pregnancy and postpartum	2	1	1	1
EBSCO-Cinahl				
parenthood and sexuality	18	1	1	1
postnatal period and sexuality	25	3	1	2
childbirth and fathers and sexuality	4	2	2	2
PubMed				
sexuality and fatherhood	58	1	1	1
Ovid medline				
parenting and sexuality and fathers	4	1	1	1
marital satisfaction and childbirth	8	1	1	1
Medic				
parisuhdetyytyväisyys	28	2	1	1

TAULUKKO 2. Aineiston haku- ja valintaprosessi käsihaulla

Käsihaku	Hyväksytty otsikon perusteella	Hyväksytty abstraktin perusteella	Hyväksytty koko tekstin perusteella
Tutkimusartikkelien lähdeluettelosta	4	3	3
Kirjallisuuden lähdeluettelosta	1	1	1

Kirjallisuuskatsaukseen sisällytettävälle alkuperäistutkimuksille määritellään tarkat sisäänottokriteerit. Sisäänottokriteerit perustuvat kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksiin ja ne määritellään ennen varsinaista valintaa. Oleellista on, että kriteeristö on koko ajan sama, eikä sitä tule muuttaa prosessin edetessä. (Stolt – Routasalo 2007: 58–59.) Tutkimukset valitaan kriteereiden mukaan lukemalla ensin otsikko ja sen jälkeen

tiivistelmä. Myöhemmin valinta tehdään aineiston sisällön ja tutkimustulosten perusteella. Koko ajan on pidettävä mielessä tutkimuskysymykset ja pohdittava, miten tulokset niihin vastaavat. (Leino-Kilpi – Lauri 2003: 26.)

Aineistooni valikoituneiden tutkimusten sisäänottokriteerit ovat: tutkimusten tulee olla julkaistu aikavälillä 2000–2009, niiden tulee antaa tietoa isän seksuaalisuudesta parisuhteessa puolison raskausaikana ja synnytyksen jälkeen ja aineiston tulee koostua ainakin pro gradu -tasoisista tutkimuksista. Poissulkukriteerit ovat puolestaan: tutkimus on kirjoitettu muulla kuin suomen, englannin tai ruotsin kielellä, tutkimuksen tulokset eivät anna tietoa isän seksuaalisuudesta tai tutkimus on julkaistu aiemmin kuin vuonna 2000. Kirjallisuuskatsauksia en hyväksynyt tutkimusaineistoksi.

5.2 Aineiston analyysi

Kirjallisuuden mukaan aineiston innovatiivinen ja mielekäs analysointi ja tiivistäminen on kaikkein vaikein kirjallisuuskatsauksen vaiheista ja herkin erilaisille virheille. Näin ollen aineiston analyysimenetelmä tulisi suunnitella hyvin jo ennen kuin katsausta ryhtytään konkreettisesti toteuttamaan. Laajasta aineistosta pyritään tekemään mahdollisimman lukijaystävällinen tiivistelmä. (Flinkman – Salanterä 2007: 94–95.)

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus kuuluu luonteeltaan teoreettisen tutkimuksen piiriin, mutta sen toteuttamisessa voidaan käyttää apuna aineistolähtöistä sisällönanalyysia. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 123.) Käytin tutkimusaineistoni analyysissa aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Sisällön analyysimenetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä ja saadaan siten vastaus tutkimustehtävään. Sisällönanalyysia voidaan käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa, ja sen perusajatuksena on aineiston luokittelu, teemoittaminen ja tyypittely, joista kirjoitetaan yhteenveto. Laadullisessa analyysissä puhutaan usein induktiivisesta ja deduktiivisesta analyysista. Tämä jako perustuu tulkintaan tutkimuksissa käytetyn päättelyn logiikasta, joka on joko induktiivinen - yksittäisestä yleiseen - tai deduktiivinen - yleisestä yksittäiseen. Mikäli aineistolähtöisessä analyysissa halutaan korostaa käytettyä päättelyn logiikkaa, voidaan tätä nimittää induktiiviseksi analyysiksi. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 93–115.)

Analysoin aineistoni käyttämällä apuna induktiivista sisällönanalyysia. Luin analysoitavat 14 tutkimusartikkelia ensin tiiviisti läpi. Tämän jälkeen poimin tutkimuskysymyksiini vastaavat alkuperäisilmaisut artikkeleista luettelomuotoon. Tämän jälkeen pelkistin alkuperäisilmaisut (Liite 1) ja ryhmittelin ne (Liite 2). Lopuksi abstrahoin aineistoni (Liite 3).

Esimerkiksi alkuperäisilmaisun *”tyytyväisimpiä äidit ja isät olivat parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun heti syntymän jälkeen”* pelkistin ilmaisuksi *”tyytyväisyys tunteiden ilmaisuun”*, alkuperäisilmaisun *”yhteisymmärrys (agreement), huomaavaisuus (consideration) ja läheisyys (intimacy) olivat tärkeämpiä arvoja ensi kertaa vanhemmiksi tulleille kuin lapsettomille pareille”* pelkistin ilmaisuksi *”yhteisymmärrys (agreement), huomaavaisuus (consideration) ja läheisyys (intimacy)”*, alkuperäisilmaisun *”toisessa kategoriassa vauva oli huomion keskipisteenä isän kustannuksella, joka tunsu itsensä tällöin emotionaalisesti hyljityksi”* pelkistin ilmaisuksi *”isän kokemus emotionaalisesta hyljeksinnästä”* ja alkuperäisilmaisun *”isät kokivat raskausajan kaikkein stressaavimmaksi”* pelkistin ilmaisuksi *”raskausajan stressaavuus”*. Nämä pelkistetyt ilmaisut ryhmittelin alakategoriaksi *”tunneilmapiiri”*.

6 TUTKIMUSTULOKSET

Kirjallisuuskatsauksella pyrin etsimään vastausta siihen, minkälaisena isän seksuaalisuus näyttäytyy parisuhteessa puolison raskausaikana ja synnytyksen jälkeen. Tutkimuksiin viitataan numerokoodein, jotka löytyvät tutkimusaineistotaulukosta (Liite 1).

Analyysissa alakategorioita muodostui kuusi: *”seksuaalinen halukkuus”*, *”toimiva vuorovaikutus”*, *”parisuhdetyytyväisyys”*, *”tunneilmapiiri”*, *”huolenaiheet”* ja *”heteroseksuaalisuuden kirjo”*. Näistä ryhmittelin yläkategorioiksi *”parisuhde”* ja *”seksuaalisuus”*. Kaikki alkuperäisilmaisujen pelkistämiset sekä ryhmittelyt ala- ja yläkategorioihin ovat liitteenä (Liite 2, Liite 3).

6.1 Isäksi parisuhteessa

Yläkategoriaan parisuhde kuuluu isän parisuhteeseen vaikuttavia osa-alueita, joista nousi analyysissa esille toimiva vuorovaikutus, parisuhdetyytyväisyys ja tunneilmapiiri.

6.1.1 Toimiva vuorovaikutus

Vuorovaikutus menee osittain päällekkäin parisuhdetyytyväisyys-alakategorian kanssa, ja toimivaa vuorovaikutusta peräänkuulutettiin monessa tutkimuksessa. Vanhemmuuteen siirtymisen vaiheittainen luonne raskauden ja lapsen syntymän myötä heijastuu laadullisina muutoksina puolisoiden hyvinvoinnissa ja parisuhteessa. Parisuhde on vuorovaikutussuhde, jossa puutteellinen vuorovaikutus kostahtuu ongelmina (1). Puolisot vaikuttavat toisiinsa voimakkaasti koko raskausajan ja lapsen syntymän jälkeen (9). Parit, jotka olivat olleet yhdessä vähintään kolme vuotta, olivat saavuttaneet paremman ongelmanratkaisukyvyyn kuin vähemmän aikaa yhdessä olleet pariskunnat. Vanhempien ongelmanratkaisukykyä tarvittiin erityisesti huonosti nukkuvan vauvan hoidossa (8).

6.1.2 Parisuhdetyytyväisyys

Tutkimusartikkelit antoivat ristiriitaista tietoa vanhemmaksi tulon vaikutuksesta parisuhdetyytyväisyyteen. Kun parista tulee vanhempia positiivinen aviollinen vuorovaikutus laskee, konfliktiherkkyys kasvaa ja parisuhdetyytyväisyys laskee (9). Mitä tyytymättömämpiä puolisot olivat parisuhteeseensa raskauden alussa, sitä tyytyväisemmiksi he tulivat kun raskaus eteni. Tämä kertoo mahdollisesti siitä, että avio-ongelmista kärsivä pari hyötyisi yhteisestä projektista kuten lapsen saamisesta (9). Toisaalta erään toisen tutkimuksen mukaan, parisuhdetyytyväisyys ensimmäisen lapsen jälkeen oli suurempaa kuin lapsettoman verrokkiryhmän pareilla (5). Erään tutkimuksen mukaan $\frac{3}{4}$ pareista oli tyytyväisiä suhteeseensa heti lapsen syntymän jälkeen (13). Raskauden suunnittelu ja aviollinen tyytyväisyys ennen raskautta vaikuttavat suojaavan parisuhdetyytyväisyyden laskulta lapsen synnyttyä (6).

Luonnolliselta kuulostaa, että itkuisen ja huonosti nukkuvan vauvan vanhempien parisuhdetyytyväisyys laski huomattavasti (8). Isien parisuhdetyytyväisyyden laskun katsottiin heikentävän sitoutumista isyyteen ja parisuhteen ylläpitoon (7).

6.1.3 Tunneilmapiiri

Alakategoriassa tunneilmapiiri nousi esiin lapsiperheiden tärkeäksi kokemia arvoja, yhteisymmärrys (agreement), huomaavaisuus (consideration) ja läheisyys (intimacy) olivat tärkeämpiä arvoja lapsellisille pareille kuin lapsettomille pareille (5). Heti syntymän jälkeen tyytyväisimpiä oltiin parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun ja tyytymättömämpiä seksuaaliseen suhteeseen (13).

Osa miehistä koki, että vauva on huomion keskipisteenä heidän kustannuksellaan ja he kokivat puolisoittensa hylkivän heitä emotionaalisesti. Tämä aiheutti suuren taakan vanhemmuudelle ja parisuhteelle. Toiset miehet taas kokivat vauvan yhteisenä huolen aiheena, tähän tilanteeseen sisältyi hoidettu parisuhde (2). Miehet kokivat myös raskausajan stressaavana ajanjaksona, erityisesti väljähtyneen seksielämän vuoksi (3).

6.2 Isä ja seksuaalisuus

Yläkategoriaan isä ja seksuaalisuus kuuluu seksuaalinen halukkuus, heteroseksuaalisuuden kirjo ja seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyvät huolenaiheet.

6.2.1 Seksuaalinen halukkuus

Tutkimukset olivat yhtä mieltä siitä, että isät kaipaavat enemmän seksiä (1,10,13,11). Seksuaalinen halukkuus on keskiössä ja sen tunnistaminen ja siitä puhuminen on tärkeää (1). Miehet kokivat raskausajan stressaavimmaksi ajaksi, jolloin seksielämä oli jo muuttunut huonommaksi. Saman tutkimuksen mukaan pettymys seksielämään oli suurta vielä vuoden kuluttua synnytyksestä. Pääsyy tähän oli vaimojen haluttomuus (3). Imetyksen katsottiin aiheuttavan naisille pitkäkestoista haluttomuutta. Mutta myös miesten seksuaalinen halukkuus laski ensimmäisten kolmen kuukauden aikana lapsen syntymästä, tosin ei lainkaan niin dramaattisesti kuin naisilla (11).

6.2.2 Heteroseksuaalisuuden kirjo

Lähes kaikki heteroseksuaaliset aktiviteetit vähenivät raskauden aikana ja loppuivat lähes kokonaan vauvan synnyttyä ja sitten alkoivat pikkuhiljaa lisääntyä (11). Läheisyys, miesten masturbaatio ja kielisuudelmat säilyivät lähes ennallaan myös synnytyksen jälkeen. Molemmat sukupuolet pitivät samoista seksitavoista ja orgasmi saavutettiin lapsen syntymän jälkeen parhaiten yhdynnässä, masturboimalla tai saamalla käsin hyväilyä ja suuseksiä. Miehet yleensä kuvasivat puolisoitensa nautinnon suurempana, erityisesti miehet kuvasivat tutkimuksessa enemmän yhdynnän aikaisia emätinorgasmeja kuin naiset (12). Terveystieteiden ammattilaisten tulisi lapsivuodeaikana korostaa enemmän intiimiä läheisyyttä emätinyhdyntöjen sijaan (14).

6.2.3 Huolenaiheet

Tuoreilla vanhemmilla oli useita huolenaiheita seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyen, muutaman kuukauden kuluttua synnytyksestä askarrutti sopiva ajankohta yhdyntöjen aloittamiselle (10) ja se, pitääkö odottaa jälkitarkastukseen saakka (14), eräässä tutkimuksessa pohditutti myös mahdollisten synnytysvaurioiden vaikutus seksielämään (10). Vuoden kuluttua synnytyksestä askarruttivat: erimielisyydet lapsen kasvatuksessa, äidin seksuaalisuuden kannalta negatiiviseksi muuttunut kehonkuva ja seksihalujen kohtaamattomuus (10). Väsymys ja vauvan keskeytykset koettiin haittaavan seksuaalista aktiivisuutta (14). Eräässä turkkilaisessa tutkimuksessa todettiin, että elektiivinen sektio ei ole suositeltavaa miehen laadukkaampaa seksielämää ajatellen. Tässä miehen yleisimmiksi seksuaalisiksi toimintahäiriöiksi mainittiin herkkä siemensyöksy ja erektiohäiriö (4).

7 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata isien seksuaalisuutta varhaisiässä eli raskausaikana ja esikoisen vanhempina ensimmäisen vauvavuoden aikana. Toteutustapa oli kirjallisuuskatsaus, johon sisällyttiin 14 tutkimusta tai tutkimusartikkelia. Tutkimuksia ei ollut kovin paljoa tarjolla miesnäkökulmasta katsottuna, joten jouduin ottamaan katsaukseen mukaan tutkimuksia, jotka eivät suoranaisesti käsitelleet isien seksuaalisuutta, mutta joista oli silti löydettävissä vastauksia tutkimuskysymykseeni. Tältä pohjalta ajatellen tutkimustulokset vaikuttavat ehkä hiukan hajanaisilta ja ovat osin myös ristiriitaisia keskenään, erityisesti sen osalta, miten raskaus ja synnytys vaikuttavat parisuhdetyytyväisyyteen.

7.1 Tulosten tarkastelu

Läheisyys, parisuhdetyytyväisyys ja vuorovaikutus toistuvat teemoina useimmissa tutkimuksissa. Monissa tutkimuksissa varotaan käyttämästä rakkaussanaa, mutta mielestäni se on tärkeä elementti parisuhteessa. Rakkaus voisi kuulua alakategoriaan tunneilma- piiri. Seksuaalisuus ei automaattisesti toteudu rakkaussuhteessa puolisoitten välillä. Aiheena seksuaalisuus parisuhteessa jää jotenkin pinnalliseksi, jos se erotetaan rakkaudesta. Seksuaalisuuden aistilliset juuret juontuvat primaarista rakkaudesta äidin ja rintaa imevän vauvan välillä. (Huttunen 2006: 18–19.)

Eroottiseen aistillisuuteen liittyvä läheisyys nousikin esiin monessa tutkimuksessa. Läheisyyteen voi liittyä myös monenlaisia ongelmia. Näitä avattiin hieman teoriaosuudessa kiintymyssuhdeteorian valossa. Ystäville ja jopa tuntemattomille saatetaan puhua hyvinkin avoimesti seksistä, mutta puolison kanssa haluista ja mieltymyksistä voi olla vaikea tai mahdoton puhua. Samoista syistä moni aikuinen kykenee häpeämättömään nautintoon vain sivusuhteissa eikä löydä samaa intohimoa läheisissä suhteissaan. Läheisyys aktivoi muistot lapsuuden eroista, hylkäämisistä tai hyväksikäytöistä. Ruumiin tunnemuisti voi muodostua rikkeettömän seksuaalisen nautinnon esteeksi. Paradoksaalisesti vihansävyiset tunteet voivat olla myös erityisen voimakkaan intohimon lähteenä. Voimakas intohimo ei olekaan rakkaudelliselle seksuaalisuudelle ominaista. (Huttunen 2006: 18–19.)

Lapsen syntymä asettaa miehen seksuaalisuuden koetukselle. Tutkimustulokset olivat yksimielisiä siitä, että miehet kaipasivat enemmän seksiä. Samalla paljastui kuva siitä, että lähes kaikissa tutkimuksissa jo kysymyksenasettelussa seksi miellettiin pelkkänä emätinyhdyntänä. Tutkimustulokset tukevat ajatusta siitä, että seksuaalikulttuuri on kovin miehinen ja yhdyntäkeskeinen. Muutamissa tutkimuksissa puolestaan oli eritelty heteroseksuaalisuuden eri muotoja ja niiden kautta avautui avara kirjo erilaisia tapoja osoittaa seksuaalisuutta vanhemmuuteen siirtymisen muutosvaiheissa.

On tosin huomioitava, että aineistossa oli vain kaksi suomalaista tutkimusta. Muut olivat, yhtä turkkilaista artikkelia lukuun ottamatta, länsimaisia tutkimuksia. Kulttuuri asettaa sekä rajat että ihanteet seksuaalisuudelle ja nämä voivat vaihdella eri puolilla maailmaa. Suomalaisten seksuaalikulttuuri uudistuu aiheesta käytävän julkisen keskustelun avulla. Seksuaalitavat ovat esimerkiksi monipuolistuneet sen jälkeen kun niistä on tullut tietoa julkiseen keskusteluun. (Kontula 2006: 28–29.) Tämä tieto kannattaa hyödyntää perhe- ja synnytysvalmennuksissa ja niissä medioissa, jotka tavoittavat ensimmäistä lastaan odottavat perheet.

Tiedontarve seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa on suuri. Alakategoriaan huolenaiheet kuului useita huolenaiheita seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyen. Vain 12–14 %:lla esikoisten vanhemmista ei ole Brtnickan ym. (2009) mukaan seksuaalisuuteen liittyviä pulmia. Monet naiset pelkäävät ensimmäistä yhdyntää. Yli puolet naisista kokee sen kivuliaana. Saman verran naisia on myös huolissaan siitä, saako puoliso riittävästi seksuaalista tyydytystä synnytyksen jälkeisessä yhdynnässä. Saman lähteen mu-

kaan 4–28 %:lla miehistä oli parisuhteen ulkopuolisia seksisuhteita raskausaikana ja ensimmäisinä kuukausina vauvan syntymän jälkeen. (Brtnicka – Weiss – Zverina 2009: 428.)

7.2 Luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa arviointi pelkistyy kysymykseksi tutkimusprosessin luotettavuudesta. Laadullisten aineistojen arvioinnissa voi kiinnittää huomiota seuraaviin seikkoihin: aineistojen yhteiskunnalliseen merkittävyyteen ja riittävyyteen, analyysin kattavuuteen, arvioitavuuteen ja toistettavuuteen. Tutkijan on kyettävä puolustamaan aineistonsa yhteiskunnallista tärkeyttä. Tällöin on itse oltava tietoinen aineiston kulttuurisesta merkityksestä. Tutkijan on vaikea ennakolta arvioida aineiston riittävää kokoa, yksi tapa riittävyyden arviointiin onkin analysoida tarkasti ensin pieni aineisto ja sitten koetella tuloksia laajemmassa aineistossa. Analyysin kattavuus tarkoittaa sitä, että tulkintoja ei perusteta yksittäisiin aineiston poimintoihin. Aineistot tavallaan vauhdittavat tutkijan ajattelua, eivät kutista sitä. Arvioitavuus tarkoittaa sitä, että lukija pystyy seuraamaan tutkijan päättelyä. Aineistosta kannattaa luetella kaikki ne yksiköt, joihin tulkinta perustuu. Toistettavuudella viitataan siihen, että analyysissa käytetyt luokittelu- ja pelkistyssäännöt esitetään niin yksiselitteisesti kuin mahdollista. Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaun voi halutessaan toistaa käyttämällä samoja hakusanoja ja tietokantoja. Periaate on se, että toinen tutkija pystyy niitä soveltamalla saamaan samat tulokset aineistosta. Tämä on luonnollisesti enemmän tavoite kuin käytäntö. (Eskola – Suoranta 1999: 211–216.)

Tutkijan on perehdyttävä kirjallisuuskatsausta laatiessaan huolellisesti tutkittavien taustatietoihin ja arvioitava, kuinka hyvin tulokset voidaan yleistää suomalaisessa kulttuurissa. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2009: 71–72.) Olen huomionut seksuaalisuuden kulttuurisen aspektin pohdinnassa.

Aineiston keruussa saatu tieto on riippuvaista siitä, miten tutkija on tavoittanut tutkittavan ilmiön. Aineiston laatu korostuu sisällönanalyysissa. Sisällönanalyysin haasteena on, miten tutkija pystyy pelkistämään aineistonsa niin, että se kuvaa mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. Tutkijan on ositettava yhteys aineistonsa ja tulostensa välillä. (Latvala – Vanhanen-Nuutinen 2001: 36–37.)

Olen kuvannut tarkasti opinnäytetyöni etenemisprosessin. Olen kirjannut tiedonhaku-prosessin sekä tutkimusten sisäänotto- ja hylkäyskriteerit. Valittujen tutkimusten laatua on arvioitu, koska kirjallisuuskatsauksen luotettavuus riippuu aineiston laadusta. Osa tutkimuksista on löytynyt käsihaulla, koska aiheesta ei ole kovin runsaasti tutkimusta. Käsinhaku on vaikeasti toistettavissa ja tuo subjektiivisuutta tutkimusprosessiin. Sisäl-lön analyysin luokittelut on pyritty tekemään mahdollisimman objektiivisesti, mutta en voi väittää, etteikö joku toinen olisi voinut päätyä erilaisiin luokitteluihin. Luokittelut löytyvät opinnäytetyön lopusta liitteinä.

7.3 Eettisyys

Tiedonhankintaan ja julkistamiseen on olemassa tutkimuseettisiä periaatteita, jotka ovat yleisesti hyväksyttyjä. Jokaisen tutkijan vastuulla on näiden periaatteiden noudattami-nen. Ensimmäinen eettinen ratkaisu on tutkimusaiheen valinta. Tutkimusongelman va-linnassa tulee miettiä, miksi tutkimukseen ryhdytään. (Hirsjärvi ym. 2007: 23–25.)

Tutkimustyön kaikissa vaiheissa tulee ottaa huomioon eettiset periaatteet. Toisen tutki-jan kirjoittamaa tekstiä ei saa luvattomasti lainata. Jos lainaa toisen kirjoittamaa tekstiä, tulee laittaa näkyviin asianmukaiset lähde-merkinnät. Tutkijan ei tulisi myöskään lainata omaa, aiemmin kirjoittamaansa tekstiä muuttamalla siitä vain pieniä osia. Tutkimustu-losten yleistämisessä tulee käyttää kritiikkiä. Tutkimustuloksia ei saa keksiä eikä niitä tule kaunistella. Tutkimustulosten raportoinnin on oltava huolellista ja rehellistä. Myös tutkimuksessa mahdollisesti esiin tulleet puutteet tulee raportoida. (Hirsjärvi ym. 2007: 26–27.)

Olen pyrkinyt noudattamaan eettisiä periaatteita opinnäytetyössäni. Pyrin lähestymään tutkimusaiheeni mahdollisimman moniulotteisesti ja vailla ennako-odotuksia. Olen mielestäni lainannut toisten tutkijoiden tekstiä asianmukaisesti ja arvioinut tuloksia kriittisesti. Olen tehnyt lähde-merkintöjä työn alusta saakka.

7.4 Tulosten hyödyntäminen

Terveystenhuollon työntekijöiden pitäisi korostaa seksuaalisuuden monimuotoisuutta ja intiimin läheisyyden merkitystä. Perhe- ja synnytysvalmennuksissa on hyödynnettävä

tietoa, siitä kuinka suomalaisten seksuaalikulttuuri uudistuu käyttämällä hyväksi julkisia viestintävälineitä. (Kontula 2006: 28–29.)

Yhdyntä on mahdollinen vasta sitten, kun äiti on siihen valmis. Jälkitarkastus ei sinänsä kerro kuin fyysisen valmiuden. Imettävät äidit aloittavat seksielämän myöhemmin ja kärsivät enemmän kivuliaista yhdynnöistä. Tämä johtuu hormonimuutoksista, jotka aiheuttavat naisille seksuaalista haluttomuutta ja emättimen kuivuutta. (Brtnicka ym 2009: 427–430.) Tämänkin asian vuoksi olisi hyvä jo alkuraskaudessa ottaa strukturoidusti puheeksi seksuaalisuus syntymän jälkeen niin, että molemmat vanhemmat ovat läsnä.

Perhevalmennuksen tavoitteita ovat, että kumppanit tunnistavat parisuhteensa vahvuuksia ja hakevat keinoja oman ja kahdenkeskisen ajan löytämiselle, vanhempien tulisi tietää, että seksuaalisuuden toteuttaminen muuttuu synnytyksen jälkeen, vanhemmat rohkaistuvat puhumaan seksistä ja pohtivat seksuaalisia tarpeitaan ja sopeutumisvalmiuttaan lapsivuodeaikaan. (Haapio – Koski– Koski –Paavilainen 2009: 143–145.) Opinnäytetyöni tulokset tukevat hyvin näitä Perhevalmennus-oppikirjan mainitsemia tavoitteita.

Kirkon perheasiain neuvottelukeskukset ovat huomioineet, että miehillä on paljon parisuhteeseen liittyvää neuvonnan tarvetta. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007: 31.) Tutkimustulosten perusteella kättilön rooliin seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäjänä tulisikin kuulua vahvemmin isille kohdistettua seksuaali- ja parisuhdeneuvontaa. Mieheys ja seksuaalisuus tulee nähdä laajemmasta kulttuurisesta perspektiivistä käsin. Opinnäytetyötäni voisi jatkossa hyödyntää esimerkiksi neuvolatyön piirissä ja synnytyssairaaloiden lapsivuodeosastoilla.

LÄHTEET

Brtnicka H, Weiss P, Zverina J. 2009. Human sexuality during pregnancy and the postpartum period. *Bratisl Lek Listy* 2009; 110 (7), 427–431.

Eskola, Jari – Suoranta, Juha 1999: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Gummerus: Jyväskylä.

Flinkman, Mervi - Salanterä, Sanna 2007: Integroitu katsaus - eri metodeilla tehdyn tutkimuksen yhdistäminen katsauksessa. Teoksessa Johansson, Kirsi - Axelin, Anna - Stolt, Minna & Ääri Riitta-Liisa (toim.) Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja A:51/2007.

Grönfors, Martti 1999: Miehen arin alue. Maskuliinisuus, seksuaalisuus ja väkivalta. Teoksessa Jokinen, A. (toim.) Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy, 225–229.

Haapio, Sari – Koski, Kirsti – Koski, Pirjo & Paavilainen, Riitta 2009: Perhevalmennus. Porvoo: Ws Bookwell Oy.

Haukkamaa, Kari 2000. Isä ja raskaus. *Duodecim* 2000, 116 (14).

Himmanen-Koski 2004: Kiintymyssuhdeteoriasta ja parisuhteesta. Teoksessa Malinen, Vuokko & Alkio Paula (toim.): Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta. Helsinki: Väestöliitto, 59–77.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Huttunen, Jouko 1999: Muuttunut ja muuttuva isyys. Teoksessa Jokinen, A. (toim.) Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy, 169–193.

Huttunen, Matti O. 2006: Seksuaalisuuden monet kasvot. Teoksessa Apter, Dan - Väisälä, Leena & Kainola Kari (toim.) Seksuaalisuus. *Duodecim*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä, 15–19.

Hänninen, Jouko 1999: Modernin miehen seksuaalinen liikkumatila. Teoksessa Jokinen, A. (toim.) Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy, 201–202.

Ilmonen, Tuisku – Nissinen Jussi 2006: Seksologian peruskäsitteistöä. Teoksessa Apter, Dan - Väisälä, Leena & Kainola Kari (toim.) Seksuaalisuus. *Duodecim*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä, 20–26.

Jokinen, Arto 2000: Panssaroitu maskuliinisuus. Mies, väkivalta ja kulttuuri. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Juvakka, Essi - Viljamaa Janne 2002: Miehen mittainen isä. Helsinki: WSOY

Juvonen, Tuula 2006: Seksuaalisen ruumiin jäljillä. Teoksessa Kinnunen, Taina & Puuronen Anne (toim.): Seksuaalinen ruumis. Kulttuuritieteelliset lähestymistavat. Tampere: Tammer-Paino Oy, 75–77.

Kaila-Behm, Arja 1998: Miehestä esikoisen isäksi. Hoitotieteen väitöskirja. Kuopion yliopisto.

Kankkunen, Päivi – Vehviläinen-Julkunen, Katri 2009: Tutkimus hoitotieteessä. 1. painos. Helsinki: WSOY.

Keinänen, Eero – Säävälä, Hannu 1998: Asiaa nuorelle miehelle. Täyttä elämää. Väestöliitto.

Kontula, Osmo 2006: Suomalaisten seksuaalikulttuuri. Teoksessa Apter, Dan - Väisälä, Leena & Kainola Kari (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä, 27–37.

Kontula, Osmo 2008: Halu & intohimo. Tietoa suomalaisesta seksistä. Helsinki: Otava.

Kääriäinen, M. – Lahtinen, M. 2005: Systemaattinen kirjallisuuskatsaus tutkimustiedon jäsentäjänä. Hoitotiede 18 (1). 37–45.

Latvanen, Eila – Vanhanen-Nuutinen, Liisa 2001: Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen, Sirpa – Nikkonen, Merja (toim.): Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.

Lauri, Sirkka 2003: Näyttöön perustuva hoitotyö. Helsinki: WSOY.

Lehto, Leena 2004: Kahdesta kolmeksi. Teoksessa Malinen, Vuokko – Alkio Paula (toim.): Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta. Helsinki: Väestöliitto, 43–58.

Mesiäislehto-Soukka, Helinä 2005: Perheenisäys isien kokemana. Fenomenologinen tutkimus. Hoitotieteen väitöskirja. Oulun yliopisto.

Oulasmaa, Minna 2006: Seksuaalisuus raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen. Teoksessa Apter, Dan – Väisälä, Leena – Kainola Kari (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä, 191–197.

Paavilainen, Riitta 2010: Hyvä Syntymä – tutkimus- ja kehittämishanke. Hanke-esittely kevät 2010. Hoitotyön ja ensihoidon opinnäytetyön työtila. <<https://tuubi.metropolia.fi/portal/auth/portal/metropolia/mytube/frontpage/workspaces/WorkspacesWindow?action=6&mode=view&id=77201514>>. Luettu 21.4.2010.

Pacey, Susan 2004. Couples and the first baby: responding to new parents' sexual and relationship problems. Sexual and relationship Therapy Vol 19, No. 3, August 2004.

Reinholm, Minna 2000: ”Kupeitten kuuma vai kadonnut kaipaus?” Pikkulasten vanhempien kokemuksia seksielämästä perhekoon kasvaessa. Perheverkkorajetti. Väestöliitto.

Rosen- Grandon, Jane R. – Myers, Jane E. – Hattie, John A. 2004. The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Processes, and Marital Satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, Winter2004, Vol.82, Issue 1.

Salanterä, Sanna – Hupli, Maija 2003: Tutkitun tiedon hankinta ja arviointi. Teoksessa Lauri, Sirkka (toim.) Näyttöön perustuva hoitotyö. Helsinki: WSOY.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2007: Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007–2011. Helsinki.

Stolt, Minna – Routasalo, Pirkko 2007: Tutkimusartikkelien valinta ja käsittely. Teoksessa Johansson, Kirsi – Axelin, Anna – Stolt, Minna – Ääri Riitta-Liisa (toim.) Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja A:51/2007.

Säävälä, Hannu – Keinänen, Eero – Vainio, Jari 2001: Isä neuvolassa – työvälaineitä ja ajatuksia vauvaa odottavien ja hoitavien isien kanssa työskenteleville. Tasa-arvojulkaisuja 2001:8. Sosiaali- ja terveysministeriö.

Tilastokeskus 2002. Perheet 2002. Väestö 2003:12.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vaaranen, Heli 2010: Hyvä parisuhde on miesten uusi statussymboli. Lehdistötiedote. Väestöliitto. < <http://www.vaestoliitto.fi/?x27375=444784>>. Luettu 5.3.2010.

Virtanen, Jukka 2002: Kliininen seksologia. Helsinki: WSOY.

Virtanen, Jukka 2004: Kokonainen mies. Pieksämäki: Painopaikka RT-Print Oy.

Väisälä, Leena 2006: Naisen ja miehen seksuaalisuuden erityispiirteitä. Teoksessa Apter, Dan – Väisälä, Leena – Kainola Kari (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä, 241–244.

LIITE 1: Tutkimusaineisto (1/5)

Tutkimus/ artikkeli	Tarkoitus	Aineisto, sen keruu ja analyysi	Keskeiset tulokset
Ahlborg T, Strandmark M, Dahlöf L-G. 2000. First-time parents' sexual relationships. Scandinavian Journal of Sexology 2000; 3: 127-139. (1)	Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata ensi kertaa vanhemmaksi tulevien seksuaalisuutta parisuhteessa.	Deskriptiivinen fenomenologinen haastattelututkimus. Viittä parisuntaa haastateltiin lapsen ollessa 6kk ja 18kk vanha.	Seksuaalinen halukkuus, sen tunnistaminen ja siitä puhuminen oli tärkeää. Tutkimus osoitti, että puutteellinen ja virheellinen vuorovaikutus aiheutti ongelmia seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen.
Ahlborg T, Strandmark M, Dahlöf, L-G. 2001. The baby was the focus of attention – First time parents' experiences of their intimate relationship. Scandinavian Journal of Caring Sciences 2001; 15: 318-325. (2)	Kuvailla ensi kertaa vanhemmaksi tulevien intiimiä suhdetta keskittymällä heidän henkiseen hyvinvointiinsa ja mahdollisuuksiin tukea heitä ammatillisesti.	Deskriptiivinen fenomenologinen tutkimus tehtiin haastattelemalla 20 isää ja äitiä 9kk esikoisen syntymän jälkeen.	Ajatus siitä, että vauva on kaiken keskiössä jakoi vanhemmat kahteen ryhmään. Niihin, joilla vauva oli yhteisen huolen aihe ja tähän sisältyi hoidettu parisuhde. Sekä niihin vanhempiin, joilla vauva oli keskiössä isän kustannuksella ja tämä tunsu itsensä emotionaalisesti hyljityksi. Tämä haittasi parisuhdetta ja aiheutti suuren taakan vanhemmuudelle.
Condon J, Boyce P, Corkindale C. 2004. The First-Time Fathers Study: a prospective study of the mental health and wellbeing of men during the transition to parenthood. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry 2004; 38:56-64. (3)	Raportoida muutoksista miehen henkisessä hyvinvoinnissa, parisuhteessa ja elämäntyyliässä raskausaikana ja vuoden kuluessa ensimmäisen lapsen syntymästä.	313 miestä vastasi kyselytutkimukseen raskausviikolla 23 ja lapsen syntymän jälkeen kun vauva oli 3kk:n , 6kk:n ja 12kk:n iässä.	Raskausaika osoittautui kaikkein stressaavimmaksi ajaksi tuleville isille. Raskausviikolla 23 oli jo tapahtunut suuria muutoksia seksuaalielämässä huonompaan suuntaan. Pettymys seksuaalielämään oli suurta myös 12 kk syntymän jälkeen, jolloin 52% miehistä olisi halunnut enemmän seksiä.

LIITE 1: Tutkimusaineisto (2/5)

Tutkimus/ artikkeli	Tarkoitus	Aineisto, sen keruu ja analyysi	Keskeiset tulokset
Gungor S, Baser I, Ceyhan T, Karasahin E, Kilic S. 2008. Does Mode of Delivery Affect Sexual Functioning of the Man partner? (4)	Tutkia synnytystavan vaikutusta miehen seksuaalisuuteen.	107 miestä täytti kyselylomakkeen (Golombeck-Rust Inventory of Sexual Satisfaction GRISS)	Synnytysten lukumäärällä tai synnytystavalla ei ollut vaikutusta miesten seksuaalisen toiminnan häiriöihin, joista yleisimpiä olivat herkkä siemensyöksy ja erektiöhäiriö. Spontaani alatiesynnytys koettiin kuitenkin parhaaksi vaihtoehdoksi seksuaalielämän kannalta. Elektiivistä keisarinleikkausta miesten seksuaalisuuden parantamiseksi ei suositella.
Guttmann J, Lazar A. 2004. Criteria for marital satisfaction: does having a child make a difference? Journal of Reproductive and Infant Psychology, Vol. 22, No.3, August 2004, pp. 147-155. (5)	Alustava tutkimus siitä, vaihtelevatko aviollisen tyytyväisyyden määräävät tekijät lapsettomilla pareilla ja ensi kertaa vanhemmiksi tulleilla pareilla.	Kyselylomakkeita (The Marital Satisfaction Questionnaire MSQ) lähetettiin yliopisto-opiskelijoille, joista 60 oli lapsettomia pariskuntia ja 60:lla parilla oli vauva tai taaperoikäinen lapsi.	Vanhempien ryhmä oli keskimäärin tyytyväisempi avioliittoonsa kuin lapsettomat parit. Yhteisymmärrys (Agreement), huomaavaisuus (Consideration) ja läheisyys (Intimacy) olivat tärkeämpiä arvoja ensi kertaa vanhemmiksi tulleille pareille kuin lapsettomille pareille.
Lawrence E, Cobb R, Rothman A, Rothman M. 2008. Marital Satisfaction Across the Transition to Parenthood. Journal of Family Psychology 2008, Vol.22, No.1, 41-50. (6)	Tutkia aviollista tyytyväisyyttä vanhemmuuteen siirryttäessä.	156 paria osallistui tutkimukseen, jossa analysoitiin aviollista tyytyväisyyttä kasvukäyrän avulla kaksi kertaa ennen ja jälkeen ensimmäisen lapsen synnytystä.	Raskauden suunnittelu ja aviollinen tyytyväisyys ennen raskautta suojelevat avioliittoa parisuhdetyytyväisyyden laskulta vanhemmaksitulon yhteydessä.
Lee C-Y, Doherty W. 2007. Marital Satisfaction and Father Involvement during the Transition to Parenthood. Fathering, Vol.5, No.2, Spring 2007, 75-96. (7)	Tutkia isien aviollista tyytyväisyyttä vanhemmuuteen siirryttäessä.	Tiedot ovat pitkitäistutkimuksesta, jossa 141 paria osallistui kahdeksaan ohjaustapahtumaan. Kyseessä oli kokeellinen tutkimus, jossa oli mukana kontrolliryhmä.	Isien aviollisen tyytyväisyyden lasku raskauden toiselta kolmannekselta puoleen vuoteen synnytyksestä heikensi isien sitoutumista vanhemmuuteen. Aviollinen tyytyväisyys parantaa isyyteen sitoutumista.

LIITE 1: Tutkimusaineisto (3/5)

Tutkimus/ artikkeli	Tarkoitus	Aineisto, sen keruu ja analyysi	Keskeiset tulokset
Meijer AM, Wittenboer G. 2007. Contribution of Infant's Sleep and Crying to Marital Relationship of First-Time Parent Couples in the 1st Year After Childbirth. Journal of family Psychology 2007, Vol.21, No. 1, 49-57. (8)	Tutkia imeväisikäisen unen laadun ja itkun määrän vaikutusta ensi kertaa vanhemmaksi tulevien avioliittoon ja parisuhteeseen.	Kyselylomakkeet lähetettiin vanhemmille ennen synnytystä, 7 viikkoa synnytyksen jälkeen ja vuoden jälkeen synnytyksestä.	Ongelmaratkaisukyky ei muuttunut parisuhteessa lapsen syntymän jälkeen, mutta aviollinen tyytyväisyys laski huomattavasti ajan kuluessa. Suurin osa pareista oli ollut yhdessä yli 3 vuotta, joten ongelmanratkaisukyky oli luultavasti tämän vuoksi stabilisoitunut. Lapsen itku ja sitä kautta vanhempien, erityisesti äidin, kärsimä unettomuus vaikutti eniten parisuhdetyytyväisyyden laskuun.
Salmela-Aro, K, Aunola K, Nurmi J-E, Saisto T, Halmesmäki E. 2003. Puolisoiden masentuneisuus ja tyytyväisyys parisuhteeseen lapsen syntymän yhteydessä. Psykologia /03/03, 167-179. (9)	Laajentaa näkemystä lapsen syntymän aikana parisuhteessa tapahtuvista muutoksista.	Tutkimus on osa "Nyytti- siirtymä vanhemmuuteen" pitkittäistutkimusta. 348 naista ja 277 miestä osallistuivat täyttämällä heille postitettuja tutkimuslomakkeita. Tietoa kerättiin alkuraskaudessa, kuukausi ennen lapsen syntymää, 3 kk syntymän jälkeen ja 2v syntymän jälkeen.	Mitä tyytymättömmämpiä puoliset olivat alkuraskaudessa, sitä tyytyväisemmiksi he tulivat raskauden edetessä. Kun parista tulee vanhempia, positiivinen aviollinen vuorovaikutus laskee, konfliktit lisääntyvät ja parisuhdetyytyväisyys laskee. Puolisot vaikuttavat voimakkaasti toisiinsa sekä raskausaikana että synnytyksen jälkeen.
Pastore L, Owens A, Raymond C. 2007. Postpartum Sexuality Concerns Among First-Time Parents from One U.S. Academic Hospital. Journal of Sexual Medicine 2007; 4: 115-123. (10)	Valaista ensi kertaa vanhemmaksitulevien yhdysvaltalais vanhempien mahdollisia seksihuolia eräässä yliopistosairaalassa.	Postitse lähetetty kyselytutkimus 4 kk (113 vastausta) ja 12 kk (98 vastausta) synnytyksen jälkeen. 2/3 vastauksista saatiin naisilta ja 1/3 miehiltä.	4 kk synnytyksestä askarruttivat: sopiva ajankohta yhdyntöjen aloittamiselle, ehkäisyasiat ja synnytyksen fyysisten jälkien vaikutus seksielämään. 12 kk:n jälkeen pohdittiin: erimielisyyksiä lapsen kasvatuksessa puolison kanssa, miehellä suuremmat seksihalut ja äidin muuttunut kehonkuva vaikutti heikentävästi seksuaalisuuteen.

LIITE 1: Tutkimusaineisto (4/5)

Tutkimus/ artikkeli	Tarkoitus	Aineisto, sen keruu ja analyysi	Keskeiset tulokset
Sydow K, Ullmeyer M, Happ N. 2001. Sexual activity during pregnancy and after childbirth: results from the Sexual Preferences Questionnaire. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology 2001; 22: 29-40. (11)	Saada lisätietoa saksalaisten parien heteroseksuaalisuuden eri muodoista raskauden aikana ja ensimmäisen 6kk:n aikana synnytyksestä.	Tutkimus on osa laajempaa pitkittäistutkimusta, jossa 30 paria on vastannut kyselyyn (Sexual Preferences Questionnaire SPQ).	Raskauden aikana suuri osa heteroseksuaalisesta aktiviteetista väheni. Synnytyksen jälkeen ensimmäisen 3kk:n aikana seksuaalisuutta ei ollut juuri lainkaan ja sitten se hiljalleen lisääntyi. Miesten masturbaation määrä säilyi lähes ennallaan koko ajan.
Sydow K. 2002. Sexual enjoyment and orgasm postpartum: sex differences and perceptual accuracy concerning partner's sexual experience. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology 2002; 23: 147-155. (12)	Saada lisätietoa saksalaisten parien seksuaalisesta nautinnosta ja orgasmista synnytyksen jälkeen.	On osa laajempaa pitkittäistutkimusta, jossa 30 paria on vastannut kyselyyn (Sexual Preferences Questionnaire SPQ) Kuvailevaa tietoa on täydennetty haastatteluin ja toisella kyselyllä (PFB- tenderness).	Molemmat sukupuolet pitivät samoista seksin muodoista ja orgasmi saavutettiin helpoimmin yhdynnällä, masturboimalla ja saamalla suuseksiä ja käsinhyväilyä. Miehet yleisemmin kuvailivat kumppaneidensa saavan suurempaa seksuaalista nautintoa ja yhdynnän aikaisia emätinorgasmeja kuin mitä naiset kuvailivat.
Tiili, N. 2008. Imetyksestä selviytyminen ja parisuhdetyytyväisyys lapsen syntymän jälkeen. Pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto. (13)	Tutkia äitien selviytymistä imetyksestä heti lapsen syntymän jälkeen sekä selvittää vanhempien parisuhdetyytyvyyttä syntymän jälkeen ja sen yhteyttä imetykseen.	Tutkimusaineisto kerättiin "Vauva-perheiden hyvinvointi ja imetys" - tutkimushankkeen alkumittauksen yhteydessä. 97 äitiä ja 62 isää/puolisoa vastasivat kyselylomakkeisiin, jotka kerättiin eräällä HUS:n lapsivuodeosastolla.	Noin ¾ vastaajista oli tyytyväisiä parisuhteeseen heti lapsen syntymän jälkeen. Tyytyväisimpiä äidit ja isät olivat parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun ja tyytymättömmimpiä seksuaaliseen suhteeseensa. Isistä puolet halusi enemmän seksuaalista kanssakäymistä puolisonsa kanssa.

LIITE 1: Tutkimusaineisto (5/5)

Tutkimus/ artikkeli	Tarkoitus	Aineisto, sen keruu ja analyysi	Keskeiset tulokset
Williamson M, McVeigh C, Baafi M. 2008. An Australian perspective of fatherhood and sexuality. Midwifery, 2008 Mar; 24 (1): 99-107. (14)	Tutkia ja kuvata raskauden, synnytyksen ja uuteen vauvaan sopeutumisen vaikutusta isien seksuaalisuuteen.	Laadullinen sisällön-analyysi, joka toteutettiin lähettämällä kyselylomake 204:lle ensi kertaa isäksi tulevalle 6 viikkoa synnytyksen jälkeen. Näistä 128 vastasi.	Väsymys, vauvan keskeytykset seksissä ja jälkitarkastuksen (6 viikkoa) odottaminen vaikuttivat negatiivisesti seksuaaliseen aktiivisuuteen. Terveysalan ammattilaisten tulisi osata painottaa seksuaalisuudessa intiimiä läheisyyttä ja olla liikaa korostamatta emätinyhdyntää. Seksuaalisuudesta tulisi keskustella jo alkuraskaudessa.

ALKUPERÄISILMAISU

Seksuaalinen halukkuus, sen tunnistaminen ja siitä puhuminen oli tärkeää. 1

Pettymys seksielämään oli suurta myös 12kk synnytyksestä, jolloin yli puolet miehistä olisi halunnut enemmän seksiä 3

Möhemmin askarruttivat: erimielisyydet lapsenkasvatuksessa, miesten suuremmat seksihalut ja äidin seksuaalisesti huonommaksi muuttunut kehonkuva 10

Ensimmäisten 3 kk:n aikana synnytyksestä laski miestenkin seksuaalinen halukkuus laski, mutta ei niin dramaattisesti kuin naisilla, joilla erityisesti imetys aiheutti pitkäkestoistakin haluttomuutta synnytyksen jälkeen 11

Puolet isistä halusi enemmän seksiä lapsen syntymän jälkeen 13

PELKISTETTY ILMAUS

Seksuaalinen halukkuus, sen tunnistaminen ja siitä puhuminen 1

Miesten suuremmat seksihalut 10, 13

Pettymys seksielämään 3

Imetys aiheutti pitkäkestoista seksuaalista haluttomuutta naisille 11

Ensimmäisten 3 kk:n aikana synnytyksestä laski miestenkin seksuaalinen halukkuus 11

ALKUPERÄISILMAISU

Puutteellinen vuorovaikutus aiheutti ongelmia seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen 1

Huonosti nukkuvan vauvan vanhempien ongelmanratkaisukyky ei muuttunut lapsen syntymän jälkeen, mutta parisuhdetyytyväisyys laski huomattavasti ajan kuluessa 8

Parisuhdetyytyväisyys heijastaa vastavuoroista kanssakäymistä puolisoitten kesken, puoliset vaikuttavat toisiinsa voimakkaasti sekä raskausaikana että vauvan syntymän jälkeen 9

PELKISTETTY ILMAUS

Puutteellinen vuorovaikutus 1

Vanhempien ongelmanratkaisukyky 8

Puolisoiden vaikutus toisiinsa raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen 9

ALKUPERÄISILMAISU

Ensi kertaa vanhemmaksi tulleet parisunnat olivat tyytyväisempiä parisuhteeseensa kuin lapsettomat parit 5

Aviollinen tyytyväisyys parantaa sekä isyyteen sitoutumista että parisuhteen eteen työskentelyä 7

Raskauden suunnittelu ja parisuhdetyytyväisyys ennen raskautta suojelevat avioliittoa parisuhdetyytyväisyyden laskulta vanhemmaksitulon yhteydessä 6

Lapsen itku vaikutti eniten parisuhdetyytyväisyyden laskuun 8

Mitä tyytymättömämpiä puoliset olivat parisuhteeseensa raskauden alussa, sitä tyytyväisemmiksi he tulivat kun raskaus eteni 9

Noin $\frac{3}{4}$ vanhemmista oli tyytyväisiä parisuhteeseen heti vauvan syntymän jälkeen 13

Mitä tyytymättömmimpiä puoliset olivat suhteeseensa raskauden alussa, sitä tyytyväisemmiksi he tulivat kun raskaus eteni 9

Kun vauva oli parisuhteessa yhteisen huolen aiheena, niin parisuhde oli hyvin hoidettu 2

PELKISTETTY ILMAUS

Parisuhdetyytyväisyys ensimmäisen lapsen saaneilla pareilla suurempaa kuin lapsettomilla pareilla 5

Parisuhdetyytyväisyyden lasku heikensi sitoutumista isyyteen sekä parisuhteeseen 7

Raskauden suunnittelu tärkeää parisuhdetyytyväisyyden kannalta 6

Itkuisen vauvan vanhempien parisuhdettytyväisyys laskee 8

Parisuhdettytyväisyys heijastaa vastavuoroista kanssakäymistä 9

Parisuhdettytyväisyys lisääntyi raskauden aikana ja väheni syntymän jälkeen 9

Noin $\frac{3}{4}$ vanhemmista oli tyytyväisiä parisuhteeseen heti vauvan syntymän jälkeen 13

Vauva yhteisen huolen aiheena oli merkki hyvästä parisuhteesta 2

ALKUPERÄISILMAISU

Tyytyväisimpiä oltiin parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun ja tyytymättömmimpiä seksuaaliseen suhteeseen 13

Yhteisymmärrys (Agreement), huomaavaisuus (Consideration) ja läheisyys (Intimacy) olivat tärkeämpiä arvoja vanhemmaksi tulleiden ryhmälle kuin lapsettomille pareille 5

Vauva on synnytyksen jälkeen kaiken keskipiste ja vaikuttaa parisuhteeseen, osa miehistä koki, että vauva on keskipisteenä heidän kustannuksellaan ja kokivat itsensä emotionaalisesti hyljityiksi 2

Isät kokivat raskausajan kaikista stressaavimpana 3

PELKISTETTY ILMAUS

Tyytyväisyys tunteiden ilmaisuun 13

Yhteisymmärrys (Agreement), huomaavaisuus (Consideration) ja läheisyys (Intimacy) tärkeitä arvoja 5

Isän kokemus emotionaalisesta hyljeksinnästä 2

Raskausajan stressaavuus 3

ALKUPERÄISILMAISU

Tuoreilla vanhemmilla on seksuaalisuuteen liittyviä huolenaiheita, joista yleimpiä ovat: milloin on sopiva aika aloittaa yhdynnät synnytyksen jälkeen, ehkäisyasiat, miesten suuremmat seksihalut ja synnytysvaurioiden vaikutus seksielämään. 10

Väsymys, vauvan keskeytykset ja jälkitarkastuksen odottaminen vaikuttivat negatiivisesti miesten seksuaalisuuteen 6 viikoa synnytyksen jälkeen 14

Synnytysten lukumäärällä tai synnytystavalla ei ollut vaikutusta miesten seksuaalisiin toimintahäiriöihin, joista yleisimpiä olivat herkkä siemensyöksy ja erektiohäiriö 4

Elektiivistä sektiota ei voida suositella miesten laadukkaampaa seksielämää ajatellen 4

PELKISTETTY ILMAUS

Milloin sopiva aika aloittaa yhdynnät synnytyksen jälkeen 10

Seksihalujen kohtaamattomuus 10

Synnytysvaurioiden vaikutus 10

Ehkäisystä huolehtiminen synnytyksen jälkeen 10

Jälkitarkastuksen odottaminen ennen seksiä 14

Väsymys 14

Vauvan keskeytykset seksissä 14

Seksuaaliset toimintahäiriöt: herkkä siemensyöksy ja erektiohäiriö 4

Elektiivinen sektio ei suositeltavaa 4

ALKUPERÄISILMAISU

Lähes kaikki heteroseksuaaliset aktiiviteetit vähenivät raskauden aikana ja lopuivat lähes kokonaan vauvan synnyttyä ja sitten alkoivat pikkuhiljaa lisääntyä 11

Läheisyys, kielisuudelmat ja miesten masturbaatio säilyivät kuitenkin seksuaalisuudessa synnytyksestä huolimatta 11

Sekä miehet että naiset pitivät samoista seksuaalisuuden muodoista lapsen syntymän jälkeen ja orgasmi saavutettiin parhaiten yhdynnässä, masturboimalla tai saamalla suuseksiä tai käsin hyväilyä 12

Miehet helposti yliarvioivat partnereidensa seksuaalista nautintoa erityisesti yhdynnänaikaisten emätinorgasmien suhteen 12

Seksuaalisuudesta tulisi kertoa joa alkuraskaudessa ja korostaa intiimiä läheisyyttä emätinyhdyntöjen sijaan 14

PELKISTETTY ILMAUS

Seksuaalisuuden väheneminen raskaudena aikana 11

Seksuaalisuuden lähes täydellinen loppuminen vauvan synnyttyä ja hiljattainen lisääntyminen 11

Läheisyys, kielisuudelmat ja miesten masturbaatio säilyivät synnytyksestä huolimatta 11

Sekä miehet että naiset pitivät samoista seksuaalisuuden muodoista lapsen syntymän jälkeen 12

Orgasmi saatiin parhaiten yhdynnässä, masturboimalla tai saamalla suuseksiä tai käsinhyväilyä 12

Miehet helposti yliarvioivat partnereidensa seksuaalista nautintoa ja emätinorgasmeja 12

Synnytyksen jälkeen korostettava intiimiä läheisyyttä emätinyhdyntöjen sijaan 14

